

Plaisirs Cuisine

MON BEAU SAPIN, ROI DES FOURNEAUX

AIGUILLES L'arbre star de Noël se cuisine aussi, plébiscité par les chefs qui convient la forêt dans les assiettes

Ça sent le sapin... dans les casseroles ! Plutôt que d'y accrocher des guirlandes, certains chefs ont vu dans ces aiguilles bien vertes et ce bois odorant non pas le symbole intouchable des fêtes de Noël, mais un possible ingrédient de cuisine. Le sapin, empereur de la montagne, emblème des balades revigorantes et des alvéoles pulmonaires en dégrasage, peut aussi régaler nos papilles avec maestria. Les premières toques qui ont reconnu ses vertus gustatives sont ses voisins immédiats : les chefs de montagne, qui n'ont cessé de sortir du bois ces dernières années, raflant les étoiles Michelin à tour de bras. Ils sont désormais suivis par leurs collègues citadins. Alors qu'on ne connaissait guère jusqu'ici que le miel de sapin, le conifère majestueux distille ses parfums sous forme d'huile ou de poudre, s'incorpore aux desserts comme aux plats salés ou se laisse infuser et transformer en vinaigre, en mayonnaise...

Les défenseurs du classicisme hurlent déjà au gadget. À l'heure du locavorisme et du « tout-green », le sapin serait la dernière invention des cuisiniers pour manifester leur respect de la nature. Loin d'être un simple artifice, il se montre pourtant habile à souligner les autres ingrédients d'une assiette. Au Clos des Sens, en surplomb du lac d'Annecy (Haute-Savoie), le chef triplement étoilé Laurent Petit ouvre ses repas avec une eau d'accueil : une décoction de pousses d'épicéa. En dessert, il propose un bricelet (gaufre) avec un sorbet aux pousses de mélèze, seul conifère d'Europe à perdre ses aiguilles en automne. À Paris, David Toutain prépare des épines de sapin de Douglas pour en extraire le goût dans des corps gras, comme de l'huile pour focaccia ou une sauce pour un homard. « *Je l'utilise comme de l'estragon ou du thym, explique-t-il. Mais il faut le doser avec parcimonie car son goût peut être très prononcé.* »

Infusion de bourgeons pour eau parfumée

La cheffe Anne-Sophie Pic a découvert le produit à Lausanne (Suisse) il y a dix ans. Devenue spécialiste, elle cuisine des bourgeons d'épicéa sous de multiples formes : tartelette, sirop (fumé), thé sencha ou des écrevisses rôties au beurre et bouillon de sapin. À Saint-Martin-de-Belleville (Savoie), René Meilleur en cuisine depuis toujours dans son fief de La Bouitte : mignardises au chocolat/sapin ; pomme de pin comme un baba au citron et coulis au sirop de sapin ; myrtilles en soufflé avec marmelade et glace aux bourgeons et, l'été, des cèpes rôtis infusés avec les branches... Le chef s'attaque même à l'écorce, ou plutôt à la fine couche blanche à l'intérieur : bouillie dans de l'eau puis filtrée, elle finit en gelée. « *Les*

produits de montagne sont tellement imprégnés aromatiquement qu'ils sont des marqueurs forts, estime Laurent Petit. On a tous en mémoire l'odeur d'une balade en forêt : on s'y sent et on y respire bien. Il fallait donner à goûter cette saveur. »

Sur les bords du lac d'Annecy, Jean Sulpice aromatise son beurre au sapin. À Megève (Haute-Savoie), Emmanuel Renaut fume ses ris de veau aux pommes de pin et fait infuser les bourgeons pour obtenir de l'eau parfumée, les fait fermenter pour produire des vinaigres, les mixe avec de la farine et du sucre pour ses desserts. « *Le meilleur moment, c'est le printemps. Avec la montée de sève, on obtient des goûts plus puissants, estime le chef trois étoiles du restaurant Flocons de Sel. Fin mai, pendant huit jours, on mange les petits bourgeons tendres comme de la salade, et en fin de saison on utilise les petites sommités devenues piquantes comme du poivre. C'est beau de pouvoir dire aux gens "je vous emmène dans mon territoire".* »

Lichen, racines, mousse et bois

Les possibilités gustatives du sapin ont participé à sortir la gastronomie des sommets de ses clichés, matinés de fromage fondu et de charcuterie. Subtile et variée, elle pioche dans la forêt, qui apparaît comme un des derniers bastions encore préservés quand les pesticides envahissent l'agriculture, les OGM, l'élevage, et le plastique, les océans. « *Tous les terroirs sont touchés par la pollution, corrige Emmanuel Renaut. Mais heureusement, notre montagne bénéficie des appellations contrôlées de nos fromages, comme le beaufort ou le reblochon, qui ont protégé le biotope des alpages grâce à leur cahier des charges exigeant, qui interdit les herbicides.* »

Des pionniers avaient ouvert la voie à ces produits insolites : les chefs Marc Veyrat et Michel Bras ou l'herboriste François Couplan, qui prône les vertus des plantes comestibles depuis toujours. Si les champignons ou le gibier font partie des abécédaires culinaires depuis longtemps, d'autres ingrédients sans bilan carbone mais plus inattendus ont ensuite été popularisés par les chefs nordiques : lichen, racines, mousse, bois. Le Suédois Magnus Nilsson allant jusqu'à faire un vinaigre de tronc brûlé et le Danois René Redzepi, une application smartphone, Vild Mad, pour cuisiner la nature sauvage.

Nos cuisiniers de montagne voient dans cette gastronomie de forêt un logique retour aux sources : « *Aujourd'hui, on revient surtout à ce que faisaient nos ancêtres, constate René Meilleur. Il y a cent ans, presque tout se mangeait dans la nature, on savait très bien ce qui était comestible ou pas. Ma grand-mère cuisinait déjà les orties, la reine-des-prés et le sapin. C'est fantastique de retrouver ces goûts du passé.* » ●

CHARLOTTE LANGRAND



Le chef David Toutain propose une émulsion de sapin de Douglas aux herbes.
THAI TOUTAIN

COLDPLAY ENFIN DE RETOUR !



“Un huitième album studio d'une diversité revigorante.” **Le Monde**

“Beau retour. Conçu comme un diptyque, [l'album] mêle rythmes pop, inspirations orientales, gospel et jazz.” **Les Echos**

“La recette idéale” **Le Figaro Magazine**

“Le quatuor parvient à surprendre avec ce nouvel opus.” **Le Journal du Dimanche**



NOUVEL ALBUM
EVERYDAY LIFE
Disponible en CD, 2LP & digital

wea Parlophone